



养花那点事儿

普磊 译  
「日」主妇之友社 编

不是说观叶植物比开花植物好养吗？  
为什么又失败了？！  
你可能不知道这些诀窍：  
养护注意事项、适宜摆放场所、  
浇水施肥技巧、病虫害防治方法、  
修剪、繁殖等操作技巧。

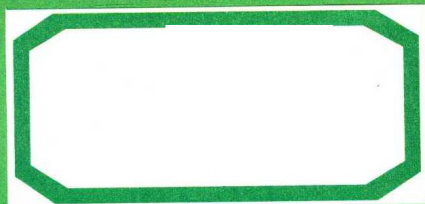
# 与绿植同呼吸

## 超人气观叶植物新手养护不败指南



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS

养花那点事儿



# 与绿植同呼吸

超人气观叶植物新手养护不败指南

[日] 主妇之友社 编

普 磊 译



RFID



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS

Original Japanese title: JIBUN NI ATTA KANYOUSHOKUBUTSU O JOZU NI ERABERU HON  
Copyright

© Shufunotomo Co., Ltd. 2017

Originally published in Japan by Shufunotomo Co., Ltd Simplified Chinese translation rights arranged with Shufunotomo Co., Ltd. through Eric Yang Agency

本书由主婦の友社授权机械工业出版社在中国境内（不包括香港、澳门特别行政区及台湾地区）出版与发行。未经许可之出口，视为违反著作权法，将受法律之制裁。

北京市版权局著作权合同登记 图字：01-2018-0200 号。

## 图书在版编目（CIP）数据

与绿植同呼吸：超人气观叶植物新手养护不败指南 / 日本主妇之友社编；普磊译. — 北京：机械工业出版社，2018.10

（养花那点事儿）

ISBN 978-7-111-60831-8

I. ①与… II. ①日… ②普… III. ①观赏植物—观赏园艺 IV. ①S68

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第205490号

机械工业出版社（北京市百万庄大街22号 邮政编码100037）

策划编辑：于翠翠 责任编辑：于翠翠

责任校对：李亚娟 封面设计：张 静

责任印制：常天培

北京联兴盛业印刷股份有限公司印刷

2019年1月第1版第1次印刷

187mm × 260mm · 8印张 · 2插页 · 202千字

标准书号：ISBN 978-7-111-60831-8

定价：49.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线：010-88361066

机工官网：www.cmpbook.com

读者购书热线：010-68326294

机工官博：weibo.com/cmp1952

010-88379203

金书网：www.golden-book.com

封面防伪标均为盗版

教育服务网：www.cmpedu.com

## 指导：

---

**藪 正秀** 1946年出生于日本大阪府贝塚市。1964~1979年，就职于日本农林省。目前，他担任PLANET公司的顾问，同时也是一名园艺研究学者。此外，他还进行与植物、环境、蔬菜种植等相关的演讲。

---

## 合作推广平台：



焰火花园



造园记



芍药姑娘

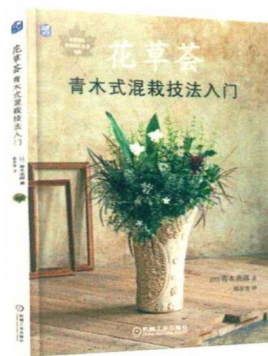


爱种花的王大爷

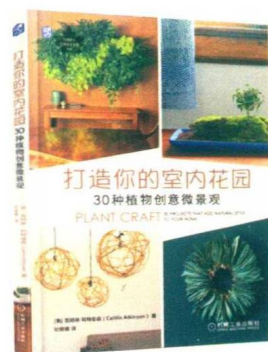
 微博 / 微信公众号：

如果你也喜欢园艺，欢迎关注  
@塔莎的花园，和百万花友一起  
分享学习





ISBN : 978-7-111-60001-5  
定价 : 49.80元



ISBN : 978-7-111-60000-8  
定价 : 69.80元



ISBN : 978-7-111-60416-7  
定价 : 35.00元



机械工业出版社微信公众号

为中华崛起传播智慧

地址:北京市百万庄大街22号

邮政编码:100037

电话服务

服务咨询热线: 010-88361066

读者购书热线: 010-68326294

010-88379203

网络服务

机工官网: www.cmpbook.com

机工微博: weibo.com/cmp1952

书网: www.golden-book.com

教育服务网: www.cmpedu.com

封面防伪标均为盗版

试读结束 需要全本请在线购买: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

# 前言

有绿植的家更舒心!

## 为什么说观叶植物有利于身心健康?



### | 净化空气的绿植

最近,能够大量产生负离子的虎尾兰备受欢迎。由于现代的生活环境容易产生对健康不利的正离子,而虎尾兰等观叶植物产生的负离子恰好能够中和这些正离子。其实,观叶植物对环境的改善效果早已得到广泛认知。

其实,建筑物会影响人们的身体健康,如在使用石棉的学校教室内学生的健康会受到危害,新装修的住宅会使人感到眼痛、呼吸困难等。建筑材料、塑料制品等挥发出来的甲醛、三氯乙烯、苯、丙酮等挥发性有机化学物质,对人体造成的伤害无法估量。

1980年,美国国家航空航天局(NASA)的研究所发现,植物在密闭环境下具有清除甲醛的作用,并且,以此为基础,持续进行了深入研究。1996年,研究员沃尔弗顿(B.C. Wolverton)博士将相关研究成果记述于汇总了50种植物相关数据的*Eco-Friendly Houseplants: 50 Indoor Plants That Purify the Air in Houses and Offices*的论文中。

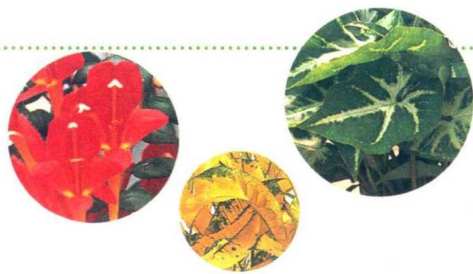
沃尔弗顿博士将这类能够除去有害物质的植物称作“环境保护植物(Eco-Friendly Houseplants)”,并依据除甲醛的效率,对这类植物进行分级。排在第1位的就是肾蕨(实验所使用的是波士顿蕨),其他排位较高的还有江边刺葵、密叶朱蕉、尤卡坦竹节椰、橡皮树、常春藤、垂叶榕、白鹤芋、散尾葵、金心巴西铁、棕竹、马尾铁、花叶万年青、袖珍椰子、广东万年青、吊兰、喜林芋、绿萝等观叶植物。

### | 绿植改善心情的原理

植物通过呼吸作用吸入有害物质,并由根部周围的微生物将有害物质分解成为营养物质,实现空气净化。而且,植物本身不会被有害物质污染。大多数观叶植物在热带地区野外生长,特别是在湿度较大的凉爽环境下更易于生长。在这样的环境中,植物可以起到处理大量有机化合物的作用,所以观叶植物比其他植物的净化效果更佳。

此外,已知植物能够产生抑制霉菌孢子生长、细菌活动的化学物质,并且,在湿度较高环境下能够抑制水蒸气的产生,在干燥环境下能够蒸发水汽、提升湿度。其他实验证实,有植物的房间内灰尘及尘螨的数量有所减少,且能够保持适宜的湿度。综上所述,观叶植物有助于形成良好的生活环境,而舒适的环境可帮助人们缓解压力、改善心情。

# 目录



**前言** 有绿植的家更舒心!  
为什么说观叶植物有利于身心健康?



新手也能轻松培育!

## 向您推荐的绿植及其管理诀窍和养护方法.....5

常春藤属.....	6	莎草属.....	54
广东万年青属.....	8	棕竹属.....	56
铁线蕨属.....	10	合果芋属.....	58
天门冬属.....	12	白鹤芋属.....	60
铁角蕨属.....	14	吊竹梅属.....	62
凤梨科.....	16	孔雀木.....	64
单药花属.....	18	花叶万年青属.....	66
芦荟属.....	20	龙血树属.....	68
海芋属.....	22	紫露草属.....	70
花烛属.....	24	肾蕨属.....	72
吊兰属.....	26	发财树.....	74
花叶芋属.....	28	冷水花属.....	76
肖竹芋属.....	30	网纹草.....	78
栉花芋属.....	32	喜林芋属.....	80
青锁龙属.....	34	凤尾蕨属.....	82
变叶木属.....	36	新娘面纱.....	84
咖啡属.....	38	秋海棠属.....	86
榕属.....	40	草胡椒属.....	88
朱蕉属.....	42	垂叶榕.....	90
黄金柏.....	44	绿萝.....	92
鲸鱼花属.....	46	竹芋属.....	94
虎尾兰.....	48	龟背竹属.....	96
鹅掌藤.....	50	棕榈科.....	98
白粉藤属.....	52	丝兰属.....	100



充满个性的室内观赏植物

## 多肉植物



102

艺术品般观赏效果

## 空气凤梨



106



杂乱的绿植如何处理?

## 观叶植物的养护教程

107

叶片逐渐枯萎 . . . . . 108

藤蔓疯长影响美观 . . . . . 111

下方叶片凋落、萎靡 . . . . . 109

植株杂乱疯长 . . . . . 112

植株杂乱生长 . . . . . 110



如何始终保持绿植的优美形态?

## 观叶植物的管理笔记

113

购买方法 . . . . . 114

病虫害 . . . . . 121

摆放位置 . . . . . 116

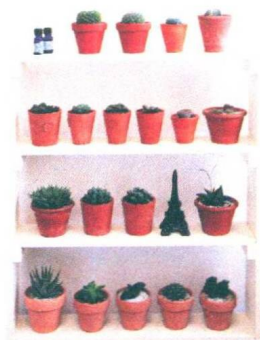
越冬及越夏 . . . . . 122

浇水 . . . . . 118

换盆 . . . . . 124

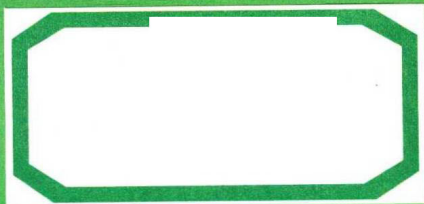
肥料 . . . . . 120

繁殖方法 . . . . . 126





养花那点事儿



# 与绿植同呼吸

超人气观叶植物新手养护不败指南

[日] 主妇之友社 编

普 磊 译



RFID



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS

# 前言

有绿植的家更舒心!

## 为什么说观叶植物有利于身心健康?



### | 净化空气的绿植

最近,能够大量产生负离子的虎尾兰备受欢迎。由于现代的生活环境容易产生对健康不利的正离子,而虎尾兰等观叶植物产生的负离子恰好能够中和这些正离子。其实,观叶植物对环境的改善效果早已得到广泛认知。

其实,建筑物会影响人们的身体健康,如在使用石棉的学校教室内学生的健康会受到危害,新装修的住宅会使人感到眼痛、呼吸困难等。建筑材料、塑料制品等挥发出的甲醛、三氯乙烯、苯、丙酮等挥发性有机化学物质,对人体造成的伤害无法估量。

1980年,美国国家航空航天局(NASA)的研究所发现,植物在密闭环境下具有清除甲醛的作用,并且,以此为基础,持续进行了深入研究。1996年,研究员沃尔弗顿(B.C. Wolverton)博士将相关研究成果记述于汇总了50种植物相关数据的*Eco-Friendly Houseplants: 50 Indoor Plants That Purify the Air in Houses and Offices*的论文中。

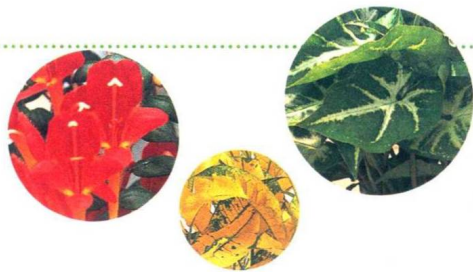
沃尔弗顿博士将这类能够除去有害物质的植物称作“环境保护植物(Eco-Friendly Houseplants)”,并依据除甲醛的效率,对这类植物进行分级。排在第1位的就是肾蕨(实验所使用的是波士顿蕨),其他排位较高的还有江边刺葵、密叶朱蕉、尤卡坦竹节椰、橡皮树、常春藤、垂叶榕、白鹤芋、散尾葵、金心巴西铁、棕竹、马尾铁、花叶万年青、袖珍椰子、广东万年青、吊兰、喜林芋、绿萝等观叶植物。

### | 绿植改善心情的原理

植物通过呼吸作用吸入有害物质,并由根部周围的微生物将有害物质分解成为营养物质,实现空气净化。而且,植物本身不会被有害物质污染。大多数观叶植物在热带地区野外生长,特别是在湿度较大的凉爽环境下更易于生长。在这样的环境中,植物可以起到处理大量有机化合物的作用,所以观叶植物比其他植物的净化效果更佳。

此外,已知植物能够产生抑制霉菌孢子生长、细菌活动的化学物质,并且,在湿度较高环境下能够抑制水蒸气的产生,在干燥环境下能够蒸发水汽、提升湿度。其他实验证实,有植物的房间内灰尘及尘螨的数量有所减少,且能够保持适宜的湿度。综上所述,观叶植物有助于形成良好的生活环境,而舒适的环境可帮助人们缓解压力、改善心情。

# 目录



**前言** 有绿植的家更舒心!  
为什么说观叶植物有利于身心健康?



新手也能轻松培育!

## 向您推荐的绿植及其管理诀窍和养护方法.....5

常春藤属.....	6	莎草属.....	54
广东万年青属.....	8	棕竹属.....	56
铁线蕨属.....	10	合果芋属.....	58
天门冬属.....	12	白鹤芋属.....	60
铁角蕨属.....	14	吊竹梅属.....	62
凤梨科.....	16	孔雀木.....	64
单药花属.....	18	花叶万年青属.....	66
芦荟属.....	20	龙血树属.....	68
海芋属.....	22	紫露草属.....	70
花烛属.....	24	肾蕨属.....	72
吊兰属.....	26	发财树.....	74
花叶芋属.....	28	冷水花属.....	76
肖竹芋属.....	30	网纹草.....	78
栉花芋属.....	32	喜林芋属.....	80
青锁龙属.....	34	凤尾蕨属.....	82
变叶木属.....	36	新娘面纱.....	84
咖啡属.....	38	秋海棠属.....	86
榕属.....	40	草胡椒属.....	88
朱蕉属.....	42	垂叶榕.....	90
黄金柏.....	44	绿萝.....	92
鲸鱼花属.....	46	竹芋属.....	94
虎尾兰.....	48	龟背竹属.....	96
鹅掌藤.....	50	棕榈科.....	98
白粉藤属.....	52	丝兰属.....	100



充满个性的室内观赏植物

## 多肉植物



102

艺术品般观赏效果

## 空气凤梨



106



杂乱的绿植如何处理?

## 观叶植物的养护教程

107

叶片逐渐枯萎 . . . . . 108

藤蔓疯长影响美观 . . . . . 111

下方叶片凋落、萎靡 . . . . . 109

植株杂乱疯长 . . . . . 112

植株杂乱生长 . . . . . 110



如何始终保持绿植的优美形态?

## 观叶植物的管理笔记

113

购买方法 . . . . . 114

病虫害 . . . . . 121

摆放位置 . . . . . 116

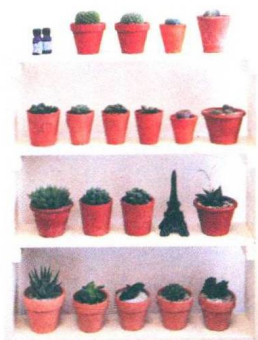
越冬及越夏 . . . . . 122

浇水 . . . . . 118

换盆 . . . . . 124

肥料 . . . . . 120

繁殖方法 . . . . . 126

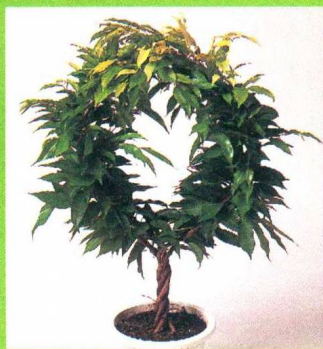


新手也能轻松培育!

# 向您推荐的绿植及其管理 诀窍和养护方法

这部分介绍的植物使用常用的植物名称，栽培管理月历以日本东京地区为标准。但是，栽培管理月历仅供参考，根据植物所处地域、环境及状态等，栽培方式存在一定差异，请根据实际情况进行调整。

越冬温度是指植株不枯萎的最低温度。如果可以，应尽可能将植物放置于条件较好的位置。



# 常春藤属

Hedera

五加科

越冬温度  
0°C以上

金边常春藤



金心常春藤



洋常春藤



[栽培管理月历]

月份	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
光照需求	隔着玻璃的阳光			直射阳光									隔着玻璃的阳光
浇水	盆土干燥后			盆土表面干燥后			每天			盆土干燥后			
换盆													
繁殖方法						扦插							



**注意事项!**

常春藤极其耐寒及耐干燥，阴凉环境下也能健康生长，且适合与其他植物共生。但是，应注意避免其枝蔓延伸过长，平时应仔细修剪。

●简介

常春藤为常春藤属观叶植物，藤蔓性植物，会长出许多叶片。最近常春藤的园艺品种逐渐增多，拥有不同深浅的绿色、特色斑纹等，可根据喜好选择。其主要品种为洋常春藤，叶片呈纯绿色。以洋常春藤为基础，已培育出变种金边常春藤、金心常春藤等。此外，还有一种叶片较大的斑叶加拿利常春藤，也是带有斑纹的品种。

●观赏用途

如果是小叶品种，可将几盆斑纹及叶色各不相同的品种摆放一起，欣赏变化之美。如果是中盆或大盆，可搭建立柱，让其攀附直立生长。也可将花盆吊起，使其显得更加茂密。此外，也可搭配其他植物，设计成混栽花坛，或者作为其他盆栽的陪衬。

## ● 利用延伸的藤蔓扦插繁殖



1

即使正常生长，如果不做任何管理，其藤蔓就会疯长，最终导致根系盘结，下方叶片凋落。



4

按两三节的间隔剪开藤蔓，作为插穗。坚硬、枯萎部分难以生根，应选择叶片斑纹完整的部分。



2

将过度生长的藤蔓剪断，保留10cm左右。并且，多年未移栽的植株，应在适宜时期实施移栽。



5

摘掉下方叶片，插入排水性良好的土壤中。即使放入装满水的水杯中，插穗也能生根，易于扦插繁殖。



3

修剪藤蔓之后，腋芽还会重新延伸、变密。剪下部分可作为插穗，用于繁殖。



6

浇水之后使插穗和土壤紧密结合，放在阴凉环境下，避免其干燥，10-20天之后即可上盆。

## ● 管理诀窍

### 摆放位置

露地栽培时，可作为“树篱”或绿化带越冬，且其耐寒性会逐渐增强。盆栽培育时，应将盆栽摆放于无霜的位置，或冬季搬到室内会更令人放心。即使光照条件差，它也不会枯萎。但是，带有斑纹的品种如无充足光照，其斑纹会缩小，甚至消失。所以，放在光照良好的位置，叶色才会更加生机勃勃。

### 浇水

全年任何时候，花盆土干燥时就应足量浇水。夏季常春藤生长旺盛且环境比较干燥，应每天浇水。冬季为了确保其耐寒性，尽可能控制浇水量。

### 肥料

贫瘠土壤也能培育，在其生长期内施加一两次缓效性肥料即可。

### 病虫害

注意预防蚧壳虫。

## ● 养护方法

藤蔓延伸时，可搭架诱引、固定，或摘心控制其生长。而且，摘心之后的藤蔓还可作为插穗，很快就能长成一盆小观叶植物。下方叶片枯萎时，可能是出现了根系盘结或腐烂，应将根部修整之后移栽。

光照差的环境下也能健康生长

# 广东万年青属

*Aglaonema*

天南星科

越冬温度  
10℃  
以上



广东万年青



“银皇后”



“银皇后”

## [栽培管理月历]

月份	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
光照需求	隔着透光窗帘的阳光				半背阴				隔着透光窗帘的阳光			
浇水	盆土干燥后		盆土表面干燥后			每天			盆土干燥后			
换盆												
繁殖方法						分株、扦插、播种						

### ●简介

相比光照充足的环境，在较暗环境下广东万年青属植物可能更加生机勃勃，带有斑纹的细长叶片会大量展开。作为室内的绿植，广东万年青属植物在很多国家自古以来就有培育。其原产自亚洲热带地区，喜高温多湿环境，具有代表性的品种如“银皇后”等。大多数品种的多肉质茎部直立生长，且叶片花纹多样。

### ●观赏用途

中盆培育的广东万年青属植物可长出许多叶片，生长茂盛的可单独一盆用作装饰。叶片立起，但质地柔软，且叶片相对聚拢，呈现平和印象。若大盆栽培的万年青生长过密，需要注意控水。

### ●管理诀窍

#### 摆放位置

放置于无直射阳光的位置，但过于昏暗的环境会导致其节间距增加，长势杂乱。此外，广东万年青属植物耐寒性较差，冬季应放在隔着透光窗帘的窗边，并且不要离窗户太近。温度至少保持在 10℃，否则会造成植株损伤，下方叶片变黄、凋落。所以，在室内也要



### 注意事项!

在高温多湿环境下培育，叶片会更加漂亮，避免阳光直射。趁早移栽，植株能够始终茁壮。

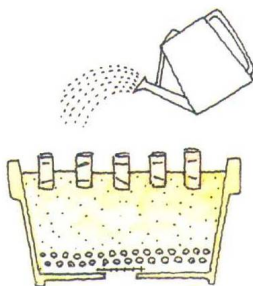


## ● 植株移栽后的扦插繁殖



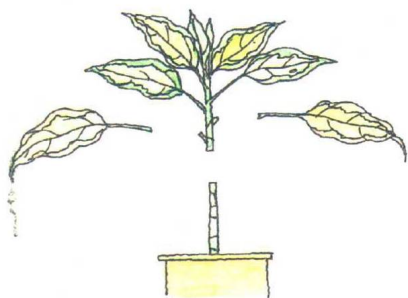
1

用木棒等轻轻刮落旧土，并准备以赤玉土为主的排水性良好的土壤，将其移栽至稍大的花盆中（换盆）。



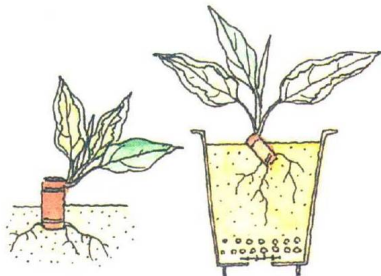
4

将茎剪成两三节，插入种植床中。期间注意浇水管理，生根之前避免土壤干燥。



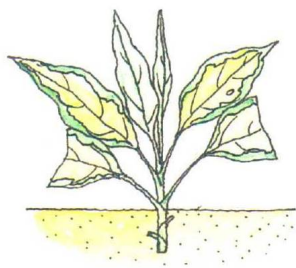
2

选择茎部直立的品种，下叶凋落之后剪短茎部，作为插穗。



5

生根之后新芽展开，发现其茎部直立之后，移栽至3号<sup>①</sup>盆中。



3

摘掉顶芽下方的几片叶子之后，插入调配好的土壤中（用珍珠岩或蛭石与泥炭藓混合而成，混合比例为6:4）。



6

如果是茎无法直立的品种，在下方叶片凋落时修剪，按照扦插顶芽的要领扦插。

注意夜间温度降低的问题。

### 浇水

广东万年青属植物喜多湿环境，少量喷雾保湿，可保持其良好长势。特别是使用空调或暖气的房间内十分干燥，最好选择一款漂亮的喷壶放在旁边，提醒自己经常喷水。盆土干燥时浇水，冬季为了抵御严寒，应延长浇水间隔，保持盆土稍微干燥的状态。

### 肥料

在其生长期内施加1次或2次缓效性化肥即可。背阴条件下如大量施肥，可能导致其节间距增加。

### 病虫害

发现蚧壳虫时，及时清除。

## ● 养护方法

生长旺盛，每两年换盆一次，否则根系就会盘结。并且，植株太老也容易发生根系盘结，导致节间距增加，生长杂乱。换盆时，可以分株，也可以使用茎部扦插，关键在于逐步使植株换新。此外，也可在结果之后，摘下成熟的果实，并取出种子播种。

<sup>①</sup> 一般花盆的号数约是花盆直径（单位为厘米）的1/3，即3号盆的直径约为9cm。