

風采中學(教育評議會主辦)  
2009 至 2010 年度中三級專題研習科  
學期報告

議題：從涼茶舖的變遷看香港涼茶文化的改變



圖片來源：自行拍攝 (拍攝地點：恭和堂、百寶堂、康和堂、善福堂、鴻福堂)

姓名：李嘉雯

班別：3A

學號：24

組員姓名：利冠賢(21)，梁進謙(22)，李曉恩(23)

任教老師：屈佩儀老師

## 目錄

---

第一章 引言	
1.1 探究目的	1
1.2 探究方法	2
1.3 涼茶的歷史簡介	3
1.4 探究問題	3
第二章 涼茶歷史及其保育的介紹	
2.1 涼茶的功效與由來	4
2.2 非物質文化遺產的定義和介紹	5
2.3 涼茶舖的歷史	6
第三章 探究結果及分析	
3.1 不同持份者的意見	7-9
3.2 訪問分析	10-11
3.3 訪問結果與文獻資料的互證	12-13
第四章 總結和建議	
4.1 引子	14
4.2 結論	14-15
4.3 建議	16-17
4.4 個人反思及評論	17
第五章 參考資料及附件	
5.1 參考資料	18-19
5.2 鳴謝	20
5.3 考察表	20
5.4 訪問稿	21
5.5 個人研究計劃	22-28

## 第一章 引言

### 1.1 探究目的

在二零零六和二零零八年度，涼茶成爲國家級的非物質文化遺產，反映出涼茶在我國的傳統和重要性。與此同時，涼茶對於香港人，甚至華南地區的人民都是再熟悉不過的名詞。儘管涼茶



在我們的日常生活中是一種十分普遍的事物，但它被納入爲代表中國的非物質文化遺產，又與我們的傳統甚至生活有那樣密切的關係，因此，我希望透過「從涼茶舖的變遷看香港涼茶文化的改變」這議題探討涼茶於整個社會的轉變。

除此之外，促使我探討這個議題的目的主要有兩個。首先，近年來，新式涼茶舖不斷冒起，鴻福堂、海天堂以及許留山等都是我們年青一輩耳熟能詳的涼茶舖。雖然我亦經常回顧這些新式的涼茶舖，但它們給我的感覺與傳統的涼茶舖截然不同，它們時尚的設計、多元化的銷售策略和經營模式都有別於傳統的涼茶舖。正所謂「適者生存」，這亦是商場上的理念，讓我思考到新式涼茶舖是否更適合現今的顧客？從新舊式涼茶舖的更替能否反映出涼茶業的改變？這些都是我在整份報告中進行重點探討的問題。



值得一提的是，當我們到旺角訪問新舊式涼茶舖的老闆、員工和顧客以收集不同人士的意見時，我們發現以上的受訪者都不約而同地指出涼茶業的確在改變，包括其銷售策略、對象、生產方法等，反映出我們的議題的初步方向是正確的。這增加了我們對整份探究報告的信心，而我們亦會將受訪者的意見和各方面的資料加以歸納和分析，並推論這議題的總結。

## 1.2 探究的方法

在整個探究的過程中，我們收集資料和意見的途徑主要有兩種。第一，我們閱讀了大量的書籍、報告和網上的資料等，當中包括關涼茶於的介紹、歷史、文化保育的背景資料等等，作為我們對這個議題的基本認知。

另外，為了得到更真實和多角度的意見，我組進行了實地考察和訪問各一次。在3月14日，我們去了旺角的通菜街、西洋菜街以及洗衣街一帶作實地考察，而考察過的有恭和堂、百寶堂、康和堂以及善福堂四間涼茶舖。為了我們的考察結果更準確，當中包括新、舊式涼茶舖各兩間。在這次的考察中，我們主要觀察顧客的人數、產品的種類、價格、舖面裝修等，並希望了解各舖的情況，令日後的訪問更有效率。



至於在3月29日，我們再次去恭和堂、百寶堂和鴻福堂訪問店內的老闆、員工以及顧客，收集不同持份者的意見，而在我們的追問下，每位受訪者均提出了詳細的意見和建議，對這份報告的分析和總結的部分起了很大的幫助。

### 1.3 涼茶的歷史簡介



涼茶是在廣東流行的一種飲料。因為廣東地位於華南地區，朝濕多雨，自古多有瘴氣。因此民間流行以藥性寒涼，解暑消毒的中草藥，熬水飲用，稱為各式各樣的「涼茶」。根據民間傳說，香港的涼茶是由有「涼茶始祖」美譽的王老吉引入，最後在香港蓬勃地發展起來，因此，涼茶在香港亦有很多有五、六十年的歷史的涼茶舖，如三十年代創業的春和堂單眼佬涼茶等。直至二零零六和二零零八年度，涼茶成為國家級的非物質文化遺產，確立了它的傳統價值和重要性。新年來，由此涼茶在香港已經極為普遍，所以同行間的競爭十分激烈，造成了新式涼茶舖的冒起，如在 1991 年創業的海天堂、鴻福堂和許留山等，它們的風格、經營方式與舊式涼茶舖截然不同，令競爭更為激烈。

### 1.4 探究問題

1. 不同人士對涼茶舖和涼茶文化的意見
2. 涼茶舖的變遷與香港涼茶文化之間的關係
3. 香港的涼茶文化有何改變?
4. 新式涼茶舖有何優勝之處?
5. 新式涼茶舖是否更適合現今的顧客?
6. 從新舊式涼茶舖的更替反映出涼茶業的甚麼改變?



## 第二章 涼茶歷史及其保育的介紹

### 2.1 涼茶的功效與由來

<b>由來</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>✦ 中國的南方地區位處亞熱帶，多雨潮濕，導致濕熱雜毒所致的疫病。由於中國南方夏季的時間較長，使南方的居民容易上火、熱氣，引致暗瘡、口氣、聲沙、便秘、煩熱、咽喉腫痛、牙肉痛等毛病。</li><li>✦ 除此之外，濕和熱的地方令細菌更容易滋生和散播，所以一些皮膚病、腸胃炎、傳染病在中國的南方地區十分很常見。</li><li>✦ 因此，民間逐漸發明了一種食療的配方，即以清熱生津、去濕解毒的中草藥，煎熬來當茶喝，以舒緩潮濕炎熱的天氣帶來的疾病。</li><li>✦ 與此同時，飲涼茶就成爲了廣東一帶特有的習俗，已有二百多年的歷史。時至今日，人們在一年四季仍然會喝涼茶來消熱保健。</li></ul>
<b>歷史</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>✦ 根據民間的傳說，涼茶的始祖是王老吉涼茶。</li><li>✦ 它源於清朝道光年間，有「藥茶王」之稱。直至上世紀五十年代初，王老吉藥廠分成兩個廠房，一間發展成今日的「王老吉藥業股份有限公司」，主要生產「王老吉牌」的沖劑產品，而另一間就由王氏家族的後人把「王老吉」品牌帶到香港，爲香港的涼茶的普及情況奠定了基礎。</li></ul>
<b>功效</b>	<p>傳統的涼茶主要有清熱、去濕、解毒、健胃和利尿等功效，更重要的是涼茶不但可以醫治一些濕熱引起的疾病，還可以預防疾病，其主要療效主要有五種：</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✦ 針對感冒、上呼吸道感染、瘧疾以及多種傳染病病發前的症狀。</li><li>✦ 降血壓、止鼻血等</li><li>✦ 針對腸胃炎、肝膽等消化系統病。</li><li>✦ 針對泌尿道感染。</li><li>✦ 治療扁桃腺炎、喉炎、腮腺炎及各種皮膚病等。</li></ul>

## 2.2 非物質文化遺產的定義和介紹

<p><b>組織</b></p>	<p>聯合國教科文組織</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 深入民間進行田野考察和清點</li> <li>✚ 對非物質文化遺產的確認和評定</li> <li>✚ 通過建立資料庫等方法對非物質文化遺產立檔和保存</li> <li>✚ 對傳承人的扶植與保護</li> <li>✚ 對非物質文化遺產的宣傳和弘揚</li> <li>✚ 做好傳承工作等</li> </ul>
<p><b>法例</b></p>	<p>《保護非物質文化遺產約》</p>	<p>採取措施，確保非物質文化遺產的生命力，包括這種遺產各個方面的確認、立檔、研究、保存、保護、宣傳、弘揚、承傳（主要通過正規和非正規教育）和振興。</p>
<p><b>非物質文化遺產</b></p>	<p>定義</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 是中國人民世代相傳</li> <li>✚ 與群眾的生活有著密切關係的傳統文化</li> <li>✚ 歷史的見證</li> <li>✚ 珍貴、具有重要價值的文化資源</li> <li>✚ 在長期的生活中創造出來的文化傳統</li> </ul>
	<p>包含的內容</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 精神價值</li> <li>✚ 思維方式</li> <li>✚ 想像力</li> <li>✚ 文化意識</li> <li>✚ 民族的生命力</li> <li>✚ 民族的創造力</li> </ul>

### 2.3 涼茶舖的歷史

在六十年代的時候，香港的涼茶舖除了讓客人喝涼茶外，還是一個休閒的場所，顧客會在店聽收音機和看電視等，消磨時間。由於當時的人家中較貧窮，沒有電視機，因此涼茶舖也成為街坊聚集一起的地方。以前的涼茶舖，都設有煲涼茶的廚房，自己煲涼茶。



七、八十年代的時候，涼茶舖除了專售賣涼茶外，還會推出其他的中藥食品，例如龜苓膏。由九十年代至今，涼茶舖更會售賣一些甜品、小食，如蘿蔔糕和魚蛋，以及健康食品等，成為特色。不過，由於科技和生活質素大大提高，現今很多涼茶舖的涼茶都是由工廠的機器煲製而成，涼茶舖只是負責將涼茶加熱出售。





## 第三章 探究結果及分析

### 3.1 不同持份者的意見

#### 甲部、涼茶舖老闆或對涼茶有深入認識的人對涼茶文化的意見

##### 訪問一：恭和堂的老闆

「一定非常重要！都市人的生活一向都好繁忙了，容易熱氣，所以每天都有很多人下班後都會到我間涼茶舖喝涼茶。要不要保留？要，涼茶的歷史悠久，要不然涼茶業就不會在香港興盛的發展。當初選擇於涼茶業發展都是因為經營涼茶舖主要處理涼茶、龜苓膏和一些健康小吃，而且涼茶舖的面積和所需人手都較小，成本低。困難？都多！涼茶舖的競爭好大，而且有些藥材一定要在大陸買貨，如金銀花等，影響了我們的穩定性。改變就是顧客比以前更挑剔，他們都十分注重涼茶產品的清潔、包裝、舖面的設計和宣傳。新式涼茶舖的特別？就是它們同時售賣涼茶、甜品和飲品，而且店面裝修、盛載涼茶的紙杯都迎合年輕人。至於我們的改變，其實我們的裝修擺設都沒有太大的變化。不過我們會賣樽裝涼茶，因為有很多年輕的顧客都不會留在涼茶舖喝涼茶。我們的客源主要都是旺角的居民和老人家。」



##### 訪問二：百寶堂的老闆

「重要。因為香港人十分繁忙，加上湯水少，很容易生病，而且飲用涼茶十分方便，效果顯著。值得保留。」



因為它的歷史十分悠久。不太清楚，因為百寶堂是家族生意，已經營了三至四代，所以當初選擇發展的原因不清楚。機遇同困難？機遇可能是涼茶可能會引起外國人的興趣，令整個涼茶行業更興盛，困難就是要研製一種獨特、受顧客歡迎的產品不容易，所以涼茶業的競爭非常激烈。涼茶業的變化就是現今新的涼茶舖會花大筆的資金作宣傳，如海天堂，它們發展更多的產品，如海天堂的

龜苓膏軟糖等，而百寶堂的資金不多，所以我們之間的競爭更激烈。因為我們是家族生意，所以格局、裝修擺設、銷售策略都沒有太大的改變。客源一直都以中年人和老人家為主。」

### 訪問三：鴻福堂的員工

「挺重要。主因是天氣因素，因為廣東的濕氣很重，而且香港在 2-4 月亦十分潮濕，令人容易疲累，所以要喝涼茶。值得保留。涼茶較天然，沒有副作用，不像西藥，所以顧客可放心飲用。發展原因?我只是



碰巧遇到這份工作。困難是競爭十分激烈。因為海天堂同樣是一間新式的涼茶舖，而且大家的經營方法相似，客源不穩定。轉變是以前的涼茶舖都是賣一碗碗的涼茶，但是現在都會售賣樽裝涼茶，而且會生產一些保健食品和甜品。我們無大的變化，舖面的裝修攻時尚、乾淨整潔，但銷售策略每月都會轉變，如 2-4 月我們主要推出「去濕」的保健飲品。客源一直以年輕人和中年人為主。」

### 乙部、40 歲以上以及 40 歲以下的受訪者對涼茶舖及其文化的看法

#### 訪問四：恭和堂的顧客(60 歲以上)



「涼茶可調理身體，我每個星期都會到恭和堂喝一碗廿四消熱氣。新式涼茶舖的看法? 新式的涼茶舖雖然比舊式涼茶舖方便，種類又多; 它們用機器生產涼茶，容易經營，感覺上較乾淨，所以賺錢較舊式涼茶舖多。平時熱氣，我都會先飲涼茶，如果不能痊癒，再看醫生。涼茶重要，因為已經是習慣。一般一星期喝一次，但多數都是 2 至 3 日一次。當然是舊式涼茶舖啦! 點解?因為它們較有誠意，而且已經習慣了舊式涼茶舖的格局、裝修等，老人家又會在那兒聚在一起。新式涼茶舖吸引顧客的地方? 它們十分現代化，適合繁忙的人。」

### 訪問五：鴻福堂的顧客(20 歲以下)

「涼茶可以消熱氣、防疾病。新式涼茶舖的設計時尚，感覺上設施和飲品都比舊式涼茶舖的乾淨，而且可以選擇不同飲品，在舊式涼茶舖只可以喝涼茶，但新式的涼茶舖可以選擇果汁、甜品。熱氣時可能會喝涼茶，但是生病時不會，因為涼茶不是藥物，只可以預防疾病。不太重要。因為平時多數喝可樂、果汁等。一般是一個月喝一至兩次涼茶。我喜歡新式涼茶舖。因為它較適合我，產品方便、清潔。新式涼茶舖吸引顧客的地方？它們的裝修、設計都符合年輕人的標準。」



### 丙部、其他市民的意見

#### 中醫大講堂—網民港貓

「我認為涼茶在有效性、可控性和安全性上都有一定的價值。首先，涼茶對肝火目赤有預防的功效，而龜苓膏和廿四味對治療瘡腫熱毒等都有一定的可信性，否則它們亦早已被社會淘汰。其次，涼茶所用的草藥可以靈活控制，既可用廉價但同樣具有醫療功效的藥材，亦可以用較為貴價的藥物，能被不同階層的人民所用。另外，涼茶所用的藥材大多只屬涼性，九成以上都沒有毒性，所以它的安全性較高。不過，如果要將涼茶發展成國際知名的保健飲品，就必須在涼茶的研究和檢定上下一番苦功。」

### 3.2 訪問分析

涼茶是我們熟悉的保健飲品，我們希透過探討涼茶舖的變遷看其文化的改變。因此，我們在3月29日，進行了關於涼茶文化的訪問，訪問了5位不同人士，分別有涼茶舖的老闆、員工和顧客，以上的訪問一至五為是次訪問的結果。

首先，我會把3位涼茶舖老闆的意見整合和分析。訪問一的恭和堂老闆，她表示涼茶業十分重要，因為香港一直都是高度繁華的社會，港人的生活節奏過於急速，所以需要涼茶作調理，以及涼茶業一定需要保留。另外，她認為涼茶行業是有改變的，她覺得香港人的生活水準提高，所以更挑剔，她們必需更注重產品的包裝、清潔等，而在這些因素的影響下，出現了新式涼茶舖，如許留山、海天堂、鴻福堂等，令新式和舊式涼茶的競爭更激烈。由此可見，香港的生活節奏越來越快，的確影響涼茶舖的經營方式，其文化亦隨著改變。



訪問二中的百寶堂老闆亦表示，涼茶業是重要的。她表示港人需用涼茶調理身體，另外，因為新式涼茶舖有，如海天堂等，有更充裕的資金發展，不免增加了她營業的困難。由此看來，她認為新式涼茶舖，資金充足，可投放大量的資源作宣傳。因此，她認為涼茶文化的改變是港人更注重產品的包裝，以及生產商更傾向用宣傳、包裝的手法去推銷產品。

訪問中的鴻福堂員工表示，涼茶對他們挺重要。因為香港潮濕悶熱的天氣容易令人疲累，所以涼茶是不可少的保健飲品。他們除了讓顧客挑選合適的涼茶外，亦是會主動於每月推出不同的銷售策略，讓顧客挑選，迎合他們的需要。因此，我認為涼茶已從以前的傳統小型買賣轉變成現在的由一間應大的機構掌管，以專業的經營手法管理的企業，所以涼茶文化亦變得更商業化。

繼而，我會分析兩位顧客的意見。第一位是恭和堂的一位老伯伯。他表示一般一星期至兩至三日就會喝一次涼茶，而且喜歡到舊式涼茶舖。因為他認為舊式涼茶舖的涼茶始終較有誠意，而且他「熱氣」或不適時都會先喝涼茶，再去看醫生，可見涼茶對他十分重要。

第二位是鴻福堂的一位年輕顧客。她認為涼茶對她不太重要，因為她不適和「熱氣」時都不常喝涼茶，多數只會看醫生，她認為保健飲品不一定只有涼茶，如果汁等亦是對身體有益的，就算真的要喝涼茶，她亦只會到新式涼茶舖，所以涼茶對她不太重要。

綜合以上的訪問結果，可見，涼茶對於中年人和老人家十分重要，而對於年輕人而言，它的重要程度就有所下降。因為他們更喜歡新式涼茶舖時尚、現代化的設計，方便的产品，以及清潔的環境。



總括而言，5位受訪者中有4位都認為涼茶是重要的。當中有3位涼茶舖老闆都認為他們的經營模式有所改變。因此，我認為港人的生活習慣影響著涼茶舖的經營方法，從而令涼茶文化改變。

### 3.3 訪問結果與文獻資料的互證

搜集了訪問結果後，我們將它們與文獻資料比較，並作印證和反證，以加強整份報告的說服力和我們的分析，其相同及相異之處現展述如下。

#### 涼茶的價值

恭和堂的顧客和鴻福堂的員工都認為它有一定的藥用價值，可以針對他們的身體狀況和香港的天氣特徵，而且藥效天然可靠，沒有副作用，適合港人。

另外，網民港貓則要將涼茶發展成國際知名的保健飲品，就必須在涼茶的研究和檢定上下一番苦功。

與此同時，香港中文大學東華三院社區書院中醫藥及醫療保健學院講師李凱平亦對新式涼茶的功效有所保留，由於新式涼茶多放在雪櫃冷藏，並以樽裝出售，在中醫學上，飲用冷凍飲料會傷害脾胃，而涼茶則處於微暖時飲用藥效最好。因此，涼茶的飲用有需要注意和研究的地方以及在未進行檢定前不可發展成藥用保健產品。

由此可見，學者對於涼茶發展成藥用保健產品有所保留，與平日經常飲用涼茶的市民和從事涼茶行業人士的意見有分別。



#### 涼茶的銷售模式

訪問結果與文獻資料互相印證，首先，恭和堂和百寶堂的老闆都指出舊式涼茶舖主要保留以前的售賣模式，以數個大銅壺售賣一碗碗的涼茶。其次，鴻福堂的員工和許留山的網頁所提出的資料亦吻合，顯示新式涼茶舖除了售賣涼茶外，亦會以甜品、小吃，如「芒果西米撈」、「特種龜苓膏」等為主要銷售產品，而銷售策略每月都會轉變。

以上的資料顯示，舊式涼茶舖仍然保留它們的特色，而新式涼茶舖則不斷開發其他客源，擴展它的銷售範圍。

## 涼茶的銷售策略

恭和堂的老闆認為涼茶業已隨著我們的需要而改變，如他們會售賣樽裝涼茶，但旺角涼茶老舖負責人黎小姐卻認為他們的改變不大，儘管他們是舊式涼茶舖，面對激烈的競爭，但他們是老字號，口碑好、品質好，加上藥材均來自內地，用料純正天然，製作時不會加糖及防腐劑，所以在現今的涼茶業中仍站得著腳。

由此可見，訪問結果與文獻資料存在著差異，而舊式涼茶舖的老闆不認為一定要改變涼茶舖去迎合社會的改變，反而要保留自己的特色和品質，就更能激烈的競爭中脫穎而出。



## 涼茶的未來發展方向

首先，百寶堂的老闆表示涼茶可能因引起外國人的興趣而更具價值，而受到保育以及令整個行業更興盛，她亦認為由於新式涼茶舖投放大量資源於宣傳，令涼茶業變得更商業化。

不過鴻福堂董事司徒永富就認為將來涼茶除了更商業化外，另一個主要目的是宣傳及推廣飲涼茶的習慣，所以他們的品牌和店舖裝潢都給人一種清新、清潔、雅致的感覺，令更多年輕一代得以認識。

另外，網民港貓則認為涼茶可用作醫療用途，因為涼茶是可由廉價但同樣具有醫療功效的藥材製成，不過亦可以用較為貴價的藥物，能被不同階層的市民所用，但必需經過嚴格的檢定。

由此看來，新、舊式涼茶舖的管理階層，以及市民對於涼茶業未來的發展所持的意見是不盡相同的。透過以上的比較，我們可知道不同人士對於涼茶業的發展持不同的意見。雖然這些觀點不是一致，但有利我的思考方向，讓我在整個總結部分有更多思考空間。

## 第四章 總結及建議

### 4.1 引子

我們以涼茶作為這次的探究主題，訂立「從涼茶舖的變遷看香港涼茶文化的改變」。閱讀了大量的相關資料以及在新、舊式涼茶舖的比較下，我們發現它們在銷售策略、模式，以及在未來發展方面都有很大的差別。為了進一步分析和確立我們的探討方向，我們先後兩次到旺角的恭和堂、百寶堂、康和堂、善福堂，以及粉嶺的鴻福堂進行考察和訪問，並將訪問結果與文獻資料作比較，透過不同學者、市民以及持份者的意見，找出它們的相同、相異之處。因此，我們集合了不同人士的意見、搜集了更準確的研究資料，作為今次研究的基礎。最後，我們將會根據以上的資料作這份報告的總結。



### 4.2 總結

經過第三章的訪問分析、訪問結果與文獻資料的互證，我們認為涼茶舖的確反映出香港涼茶文化的變化，而香港的社會和生活亦造成了其中大部分的影響。另外，根據以上一手資料的整理，一、手資料的比較和分析，我認為涼茶業值得保留，而且它已經隨著我們和社會的發展而改變。

首先，涼茶行業為了在這個急速變化的社會站得著腳，新式涼茶舖開始蓬勃地發展起來，甚至慢慢擴充客源至不同年齡的人士。不過，以上的訪問結果顯示，新式涼茶舖雖然較新穎，又能迎合大部分顧客的需要，但舊式涼茶舖亦有它忠實的「支持者」，並以它的好品質和功效繼續吸納顧客。因此，不論是新式還是舊式的涼茶舖，都有其價值和特色。

其次，在銷售策略方面，新式涼茶舖懂得針對顧客的需要、氣候變化、不同



年齡的消費者的喜好，每月推出針對性的銷售計劃，並投放大量資金作宣傳。不過，這就表示舊式涼茶舖不能迎合現今的社會嗎？我就認為新、舊式涼茶舖在香港扮演著不同的角色，新式涼茶舖讓我們可以享用方便、清潔的涼茶，而舊式涼茶舖則以它獨特的裝潢、懷舊的風格，給予我們以前喝涼茶的歷史和回憶。

繼而，在涼茶的未來發展方面，我認為涼茶將來無可避免地變得商業化，但係商業化的過程中，其實提高了我們對它的關注和認識，從而發展成醫療以及國際保健產品的用途，甚至是推廣香港獨有的涼茶文化。不過，隨著香港的發展，市民的教育水平不斷提高，令他們



們不再盲目相信涼茶的藥效，而是提議透過檢訂和研究令他們的藥效更清晰，效果更顯著。對此，我是深感同意的。由於醫療用品和國際保健產品都可以被其他國家採用，而每個國家、每個地區的人對於飲用涼茶後的反應都不盡相同，所以的確要有一個清晰的研究和使用指引，避免嚴重的副作用和人命的傷亡。

總括而言，涼茶不但是香港其中一種值得保留的文化，它將來在醫療、保健方面的價值更值得我們探討關注。

### 4.3 建議

在進行這份專題報告的過程中，我對香港的文化保育的方式、涼茶的未來發展這兩方面主要有 3 點建議。

#### 1. 香港政府可更主動的保育文物

開始正式探究這個議題前，我閱讀了很多關於香港文化保育政策的資料以及其他國家或地區的保育政策，如新加坡、澳門等。將以上的資料互相比較後，我發現其他地區的保育都比香港的主動。以新加坡為例，政府會積極發掘需要遠行保育的文物，並向當地的居民提供建築物復修和經濟補貼。反觀香港，在皇后碼頭以及利東街的保育中，即使在市民強烈要求保育下，以上的文物仍然不能被原汁原味的保留。不過，要知道的是每個國家的文物建築都讓它們更具獨特性。因此，若香港只注重經濟發展而忽略其文化獨特性，其競爭力亦會下降。

#### 2. 涼茶必需經過嚴格的研究才可用作醫療用途

雖說涼茶累積了中華民族數千年的智慧，但它的用藥、性質方面缺乏嚴格的醫學證明，對每人的體質亦未有深入的研究。回應網民港貓的意見，對於他指出若要將涼茶發展成國際知名的保健飲品，就必須在涼茶的研究和檢定上下一番苦功，因為涼茶一直只在中國發展，但它有又是否適合亞洲人，甚至是世界各地的人的體質呢？當涉及這些問題時，我們必須謹慎處理。

#### 3. 加深年輕一代對涼茶文化的認識

根據今次的訪問結果，反映出 20 歲以下的年青人認為涼茶不太重要，亦不太重視，可見現今年青人對涼茶文化並不熟悉。另外，現今新式涼茶舖的銷售對象是年青人，而新、舊式涼茶舖亦截然不同。因此，年青人只偏愛新的涼茶文

化的同時，傳統的涼茶舖和涼茶文化會否被淘汰？新式涼茶舖有較雄厚的資源，所以較舊式涼茶舖有競爭力，那傳統的涼茶文化又會否被我們遺忘呢？

因此，我建議新式涼茶舖除了作商務發展外，亦加深年青人對涼茶文化的認識，這樣，至少涼茶文化不會被輕易遺忘，而是能夠讓我們承接下去。

#### 4.4 個人反思及評論

透過這份報告，我除了知道更多香港的保育政策，亦在與其他國家、地區的比較中了解到香港在保育方面的不足和問題。

在整理資料的過程中，我將訪問結果與文獻資料作比較，得出了更準確的結果。另外，因為今次的議題涉及大量的實地考察，所以在這份報告中，我運用了大量的一手資料，並學懂去分析它們，以及判斷它是否符合事實。

最後，文化保育這個範疇的探訪令我更懂得留意身邊的事物。由於我們原來的議題是中環保育，但在組員的提議下，我們發現涼茶更貼近日常生活，而在實地考察和訪問的過程中亦有更多趣味。因此，我明白只要我們細心觀察，探究主題在我們的日常生活中其實俯拾皆是，不過要做好一份探究報告，該題目必需是我們感興趣的，這樣才能成為我們的推動力。

## 第五章 參考資料及附件

### 5.1 參考資料

#### 報告

胡亮，《香港涼茶—非物質文化遺產的研究》

取自：<http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf>

#### 互聯網

神農氏---傳統中醫藥文化

取自：<http://www.shen-nong.com/chi/front/index.html>

中國非物質文化遺產

取自：<http://hk.chiculture.net/>

中醫大講堂

取自：[www.tcmforum.com/forum2.php?reply=0&forumID=100691&fGroup=expert](http://www.tcmforum.com/forum2.php?reply=0&forumID=100691&fGroup=expert)

維基百科—涼茶

取自：<http://zh.wikipedia.org>

鴻福堂網頁

取自：<http://www.hungfooktong.com/>

海天堂網頁

取自：<http://www.hoitintong.com.hk/>

廣東涼茶獲准為「國家級非物質文化遺產」

取自：<http://www.hkjicm.org/5news/2/2.asp>

### 報章

明報--全國 1028 《遺產》 粵劇涼茶入圍 (29/9/2009)

取自：<http://hk.news.yahoo.com/article/090928/4/eg8i.html>

### 電視媒體

香港電台--《文化長河-非物質文化遺產系列》

取自：<http://www.rthk.org.hk/rthk/tv/culturalheritage/20090719.html>

## 5.2 鳴謝

1. 屈佩儀老闆
2. 張老師
3. 蘇敬之老師
4. 恭和堂的負責人和顧客
5. 百寶堂的老闆
6. 康和堂
7. 善福堂的員工
8. 鴻福堂的員工及顧客

## 5.3 考察表

日期	時間	地點	受訪對象	年齡層	受訪人數	負責同學	備忘
14-3-2010	11:00a.m.- 3:00p.m.	旺角通菜街、西洋菜街、洗衣街	善福堂員工	/	1人	利冠賢、 梁進謙、 李曉恩、 李嘉雯	訪問：李嘉雯 拍照：梁進謙 紀錄：利冠賢 李曉恩
29-3-2010		旺角通菜街、西洋菜街、洗衣街	涼茶舖的老闆、員工和顧客	不限	5人	利冠賢、 梁進謙、 李曉恩、 李嘉雯	訪問：李嘉雯 拍照：梁進謙 紀錄：利冠賢 李曉恩

## 5.4 訪問稿

風采中學(教育評議會主辦)

2009-2010 年度

中三級專題研習科專題訪問

姓名：李嘉雯 班別：3A 組別：第6組 任教老師：屈佩儀老師

議題：從涼茶舖的變遷看香港涼茶文化的改變

目的：了解市民對涼茶文化的認識以及他們眼中涼茶文化的改變

訪問問題：

甲部、涼茶舖老闆或對涼茶有深入認識的人對涼茶文化的意見

1. 涼茶對於現在的都市人重要?
2. 涼茶值得我們保留下來嗎?
3. 你當初為何會選擇在涼茶這行業發展?
4. 涼茶這個行業面對著甚麼機遇和困難?
5. 現代的涼茶行業相比起舊時的有甚麼變化?
6. 你認為涼茶這行業有否改變?
7. 涼茶舖的格局、裝修擺設、銷售策略等有否跟隨改變?
8. 香港人是否重視涼茶文化?
9. 你以前主要的客源是甚麼人?現在又是甚麼人?

乙部、40歲以上以及40歲以下的受訪者對涼茶舖及其文化的看法

1. 涼茶對你的身體有什麼好處?
2. 你對於現在新式的涼茶舖有什麼看法?
3. 你在不適或「熱氣」時會喝涼茶嗎?
4. 涼茶對你重要嗎?
5. 你大約每過多久會喝涼茶?
6. 你喜歡光顧新式還是舊式的涼茶舖?
7. 新的涼茶舖有甚麼吸引顧客的地方?

風采中學(教育評議會主辦)

2009-2010 中三級專題研習科 探究計畫書

姓名：李嘉雯 (24) 班別：3A 組別：第 6 組 日期：20-2-2010

議題：從涼茶舖的變遷看香港涼茶文化的改變

( 分享各同學的課業，從中挑選 10 項最切合的項目，有條理地排列出來 )

序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人
1.1	涼茶舖的歷史	1.1 二手資料 - 網上	1.1 非物質文化遺產的研究報告	10/3	利冠賢
1.2	涼茶舖售賣甚麼	1.2 二手資料 - 網上 一手資料 - 考察	1.2 鴻福堂	10/3	
1.3	涼茶舖的設備	1.3 一手資料 - 考察	1.3 旺角涼茶舖	6/3	
1.4	「涼茶舖」的由來	1.4 二手資料 - 網上	1.4 涼茶舖 - <a href="http://www.angelfire.com/ga4/04056a2/60.htm#leung">http://www.angelfire.com/ga4/04056a2/60.htm#leung</a>	10/3	



香港有哪些涼茶舖?					
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人
2.1	涼茶舖的種類	2.1 二手資料 - 網上 一手資料 - 實地考察	2.1 鴻福堂、旺角涼茶舖、海天堂	10/3	梁進謙
2.2	不同涼茶舖的不同的地方	2.2 一手資料 - 實地考察 二手資料 - 網上	2.2 鴻福堂、旺角涼茶舖 香港新聞網 - 樹仁新傳系學生實習習作	6/3 10/3	
2.3	現今涼茶舖出現的原因	2.3 二手資料 - 網上	2.3 香港新聞網 - 樹仁新傳系學生實習習作	10/3	
2.4	涼茶舖在港的分佈	2.4 一手資料 - 實地考察	2.4 鴻福堂、旺角涼茶舖、海天堂	10/3	

涼茶舖變遷的定義					
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人
3.1	涼茶的價值	3.1 二手資料 - 網上	3.1 非物質文化遺產的研究報告	10/3	利冠賢
3.2	涼茶舖的銷售方式	3.2 二手資料 - 網上 一手資料 - 考察	3.2 中小企營商基準 旺角涼茶舖	10/3 6/3	
3.3	時代變遷(考慮不同顧客的需要)	3.3 二手資料 - 網上 一手資料 - 考察	3.3 盛世雜誌 - ( <a href="http://www.primecomhk.com/article/0607/0607_070.shtml">http://www.primecomhk.com/article/0607/0607_070.shtml</a> ) 旺角涼茶舖	10/3 6/3	
3.4	飲食文化的改變	3.4 二手資料 - 網上	3.4 新聞公報 - <a href="http://www.info.gov.hk/gia/general/200309/16/0916170.htm">http://www.info.gov.hk/gia/general/200309/16/0916170.htm</a>	10/3	

--	--	--	--	--	--

4. 什麼是香港涼茶文化？					
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人
4.1	涼茶定義	4.1 二手資料 - 網上	4.1 香港涼茶與龜苓膏 (書)	10/3	李曉恩
4.2	涼茶種類	4.2 二手資料 - 網上	傳統歷史文化 - <a href="http://tct.wanchainfo.hk/index.php">http://tct.wanchainfo.hk/index.php</a>	10/3	
4.3	涼茶背景	4.3 二手資料 - 網上	4.2 廣東傳統涼茶 - <a href="http://www.shen-nong.com">www.shen-nong.com</a> 4.3 樂天小魚- <a href="http://www.weefish.com/">http://www.weefish.com/</a> [香港] 楊春雷涼茶 - <a href="http://icefinger.blogspot.com/2010/01/blog-post_9149.html">http://icefinger.blogspot.com/2010/01/blog-post_9149.html</a>	10/3	
4.4	文化的定義	4.4 二手資料 - 網上	4.4 維基百科 - <a href="http://zh.wikipedia.org/">http://zh.wikipedia.org/</a>	10/3	

5. 涼茶舖的變遷和與香港涼茶文化間的關係					
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人

5.1	涼茶舖的變遷如何影響香港涼茶文化	5.1 二手資料 - 網上	5.1 盛世雜誌 - <a href="http://www.primecomhk.com/article/0607/0607_070.shtml">http://www.primecomhk.com/article/0607/0607_070.shtml</a> <u>香港新聞網 - 樹仁新傳系學生健習習作</u>	10/3	利冠賢、 梁進謙
5.2	涼茶舖和香港涼茶文化在不同時代的時候	5.2 二手資料 - 網上	5.2 非物質文化遺產的研究報告	10/3	

6. 什麼是香港涼茶文化？					
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人
6.1	涼茶定義	6.1 二手資料 - 網上	6.1 香港涼茶與龜苓膏 (書) 傳統歷史文化 - <a href="http://ict.wanchainfo.hk/index.php">http://ict.wanchainfo.hk/index.php</a>	10/3	李曉恩
6.2	涼茶種類	6.2 二手資料 - 網上	6.2 廣東傳統涼茶 - <a href="http://www.shen-nong.com">www.shen-nong.com</a>	10/3	
6.3	涼茶背景	6.3 二手資料 - 網上	6.3 樂天小魚- <a href="http://www.weefish.com/">http://www.weefish.com/</a> [香港] 楊春雷涼茶 - <a href="http://icefinger.blogspot.com/2010/01/blog-post_9149.html">http://icefinger.blogspot.com/2010/01/blog-post_9149.html</a>	10/3 10/3	
6.4	文化的定義	6.4 二手資料 - 網上	6.4 維基百科 - <a href="http://zh.wikipedia.org/">http://zh.wikipedia.org/</a>	10/3	

7. 不同人士對涼茶舖和涼茶文化的意見					
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人

7.1	<p>涼茶舖老闆或對涼茶有深入認識的人對涼茶文化的意見</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 你認為涼茶對華南地區的人重要嗎?</li> <li>➢ 你當初為何會選擇在涼茶這行業發展?</li> <li>➢ 你認為涼茶這個行業對著甚麼的機遇和困難?</li> <li>➢ 你認為現代的涼茶行業相比起舊時的有甚麼變化?</li> </ul>	7.1 一手資料-訪問	7.1 27/2 或 6/3 11:00-4:00	13/3	李嘉雯
7.2	<p>老年人(65歲以上)對涼茶舖及其文化的看法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 你在不適或「熱氣」時會喝涼茶嗎?</li> <li>➢ 你認為涼茶對你重要嗎?</li> </ul>	7.2 一手資料-問卷調查	7.2 27/2 或 6/3 11:00-4:00	13/3	全組組員
7.3	<p>中年人(40至64歲以上)對涼茶舖及其文化的看法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 你在不適或「熱氣」時會喝涼茶嗎?</li> <li>➢ 你認為涼茶對你重要嗎?</li> </ul>	7.3 一手資料-問卷調查	7.3 27/2 或 6/3 11:00-4:00	13/3	全組組員
7.4	<p>年輕人(15至39歲以上)對涼茶舖及其文化的看法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 你在不適或「熱氣」時會喝涼茶嗎?</li> <li>➢ 你認為涼茶對你重要嗎?</li> </ul>	7.4 一手資料-問卷調查	7.4 27/2 或 6/3 11:00-4:00	13/3	全組組員

8.	香港涼茶有什麼價值?
----	------------

序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人
8.1	價值的定義	8.1 二手資料 - 網上	8.1 MBA 智庫百科 - ( <a href="http://wiki.mbalib.com/wiki/%E4%B7%B7%E5%80%BC">http://wiki.mbalib.com/wiki/%E4%B7%B7%E5%80%BC</a> )	10/3	李曉恩
8.2	本土涼茶	8.2 二手資料 - 網上	8.2 廣東傳統涼茶 - <a href="http://www.shen-nong.com">www.shen-nong.com</a> 傳統歷史文化 - <a href="http://tct.wanchainfo.hk/index.php">http://tct.wanchainfo.hk/index.php</a>	10/3	
8.3	涼茶定義	8.3 二手資料 - 網上	8.3 廣東傳統涼茶 - <a href="http://www.shen-nong.com">www.shen-nong.com</a>	10/3	
8.4	涼茶的分別	8.4 二手資料 - 網上	8.4 粵港澳涼茶 - <a href="http://www.readersdigest.com.hk/">http://www.readersdigest.com.hk/</a>	10/3	

9. 香港涼茶文化的獨特之處					
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料	完成日期	負責人
9.1	歷史方面的獨特之處	9.1 二手資料-網上資料	9.1 香港涼茶-非物質文化遺產的研究(胡亮) ( <a href="http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf">http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf</a> )	6/3	李嘉雯
9.2	店舖設計方面的獨特之處 (以新和舊的涼茶舖作比較)	9.2 一手資料-實地考察	9.2 時間: 27/2 或 6/3 11:00-4:00 地點: 上水粉嶺、深水埗、旺角	13/6	全組組員
9.3	商業方面的獨特之處 (涼茶的宣傳及包裝方面)	9.3 二手資料-網上資料 一手資料-實地考察	9.3 鴻福堂網頁( <a href="http://www.hungfooktong.com/">http://www.hungfooktong.com/</a> ) 廣州王老吉藥業股份有限公司 ( <a href="http://www.wlj.com.cn/2005/index.asp">http://www.wlj.com.cn/2005/index.asp</a> )	13/6	李嘉雯
9.4	文化保育上的獨特之處	9.4 二手資料-網上資料	9.4 香港涼茶-非物質文化遺產的研究(胡亮) ( <a href="http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf">http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf</a> )	13/6	李嘉雯

9.5	經濟方面的獨特之處	9.5 二手資料-網上資料	9.5 香港涼茶-非物質文化遺產的研究(胡亮) ( <a href="http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf">http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf</a> )	13/6	李嘉雯
9.6	政治方面的獨特之處	9.6 二手資料-網上資料	9.6 香港涼茶-非物質文化遺產的研究(胡亮) ( <a href="http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf">http://www.cuhk.edu.hk/ant/hkas/vol1/Chapter3.pdf</a> )	13/6	李嘉雯
9.7	醫療價值上的獨特之處	9.7 二手資料-網上資料 一手資料-訪問 (涼茶舖的老闆)	9.7 廣東傳統涼茶 ( <a href="http://www.shen-nong.com/chi/lifestyles/chinese_tea_traditional.html">http://www.shen-nong.com/chi/lifestyles/chinese_tea_traditional.html</a> ) 時間: 27/2 或 6/3 11:00-4:00 地點: 上水/粉嶺、深水埗、旺角	13/6	李嘉雯

10. 以哪兩間新的涼茶舖和舊的涼茶舖比較?				完成日期	負責人
序號	項目	研究方法	具體安排 / 是否已有相關資料		
10.1	新界(上水、粉嶺) ➢ 新的涼茶舖 ➢ 舊的涼茶店舖	10.1 一手資料-實地考察	10.1 時間: 27/2 10:00-3:00 地點: 上水廣場(新)、上水石湖墟(舊)、 粉嶺聯和墟(舊)	28/2	全組組員
10.2	九龍半島(深水埗、旺角) ➢ 舊的涼茶舖	10.2 一手資料-實地考察	10.2 時間: 28/2 10:00-3:00 地點: 深水埗長沙灣及大埔道(舊)、 旺角上海街(舊)	1/3 或 2/3	利冠賢、 梁進謙、 李曉恩