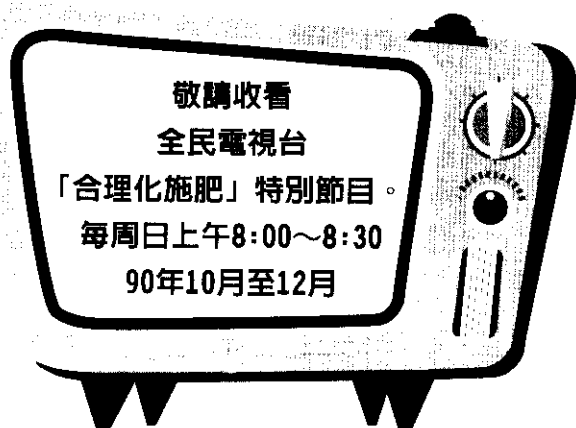


南投名間鄉山藥合理化施肥

中廣公司台灣台 / 孫蘭



如果能常吃山藥，自然能補充體內荷爾蒙分泌的不足，改善體質，進而達到抗老化效果。一般吃法有生吃、煮粥、燉湯等。日本人喜歡將山藥磨成泥狀，淋在飯上，或與魚卵、海帶等拌著食用。

現代食品研究發現，山藥富含蛋白質、糖、胺基酸、鈣、磷、鐵、維生素C等多種有益生命活動的重要物質，因此山藥廣受營養學界的重視。

山藥為國際性重要特產，也是台灣的新興蔬菜。在加入世界貿易組織的壓力下，農委會為幫助農友轉型，大力推

廣經濟農特產，其中山藥便是重點推廣的作物之一。

南投縣名間鄉山藥種植面積約200公頃，栽培量占全省的1/3，南投縣各產銷班深知山藥一定要做出各類加工產品才能打出山藥的市場，因此如山藥麵、山藥月餅、山藥凍、山藥美容養生茶等統通是出擊食品市場的新寵兒。

南投縣名間鄉

山藥別名山藷、長薯、田薯、淮山，在歷代本草中被視為補虛佳品，為民間滋養強壯藥。傳統名方如六味地黃丸、八味丸、參苓白朮散、大山藷丸等以及坊間之四神湯中均含有山藥。

中國人很早就懂得吃山藥了，傳說在周朝，人們就開始栽種山藥。山藥不但好吃，也是中醫師認定食補的上等材料。山藥不僅可以促進細胞的新陳代謝，也有提昇肌膚保濕的功能。



名間鄉余文晃班長所種植的山藥



合理施肥的山藥畦埂



生長旺盛的山藥蔓葉

山藥第二產銷班班長余文晃先生立即開發了山藥消脂養生茶，經本文作者嚐試，十分順口。據余班長說常飲山藥，能消除脂肪保持身材的健美，並且山藥更具有降血壓、血脂、防治毛細血管脆弱性出血引起的腦出血。適量飲用可生津止渴降火氣，能健脾胃、補肺腎、並能使排泄順暢、養顏美容、減少疲勞等多種功用。

南投縣名間鄉山藥第二產銷班的消脂養生茶，經衛生署審查合格，並獲准投保富邦產物保險公司1千萬產品責任險，可見該班對山藥茶推廣前的慎重。

種植山藥土壤應選疏鬆、深厚、且排水良好的壤土，一般以砂質壤土較適宜，富含有機質的壤土尤佳。栽培時，應多施用有機肥料，有機肥料施用牛糞增產效果較高，次之為雞糞肥。而余文晃班長除了自製堆肥外，並再購進有機肥混合施用，生長更好。

山藥種植的方式可分高畦及塑膠穴栽培兩種。台灣省農業試驗所為山藥做了每種試驗，例如牛糞肥、蔗渣是1:2的混合，對山藥塊莖產量的增產效果，比牛糞肥、砂、田土是1:1:1的混合，

增產量高出50%。

山藥在台灣全省各地850公尺以下地區皆可栽培。除了山藥品種台農一號之外，種植時應依薯形長度選擇適當的穴管，以塑膠穴管種植。

塑膠穴管的排放方式一般為單行植，行株距為120公分×50公分。如果塑膠穴管排放方式改為雙行植，或其他更密植排放方式時，對山藥塊莖產量的增產效果更大。

山藥最常見而嚴重的病害為炭疽病。發病初期，或蔓葉生長旺盛時期，可施用鋅乃浦可濕性粉劑400倍，免賴得1千倍稀釋液防治，每7~10天1次，連續3~4次。蟲害可施用好年冬（加保利粒劑）或芬滅松粒劑防治，三日椿可用50%加保利可濕粉劑500倍防治。

山藥其食用部位為地下之塊莖，由於具備高營養、少熱量及多重保健功效，如多進行有機栽培，少用化學肥料，不用化學藥劑撲滅病蟲害，改用綜合技術、生物防治等，將能生產更高品質的山藥塊莖，提高農友收益。