

特產美食 FOOD

- 鄉土點心：東港肉粿與雙糕潤..... 1
- 季節食補植物：冬瓜西瓜 盛夏涼品..... 6
- 時令果菜：大小西瓜／甘藍／綠竹筍..... 8
- 產品櫺窗：梅子汁／大埔鄉特產3種..... 12
- 封面故事：苦瓜不苦了..... 13
- 苦瓜食譜..... 16
- CAS優良蜜餞：認標誌選產品／現代化低糖蜜餞..... 17
- 認識菇菌：硫磺菌／麵包菇..... 86

特別企劃 SPECIAL FEATURES

- 我的十年老友——台北樹蛙..... 22
- 台北樹蛙小檔案..... 23
- 台北樹蛙生態攝影..... 26

大地系列 ENVIRONMENT

- 美國國家野生動物聯盟概況..... 81
- 人與地：神秘的撒哈拉大沙漠..... 84
- 本土動物生態系列錄影帶（台灣獼猴／藍鵲飛過／台灣野鳥百年記／台北樹蛙）..... 85

新春拼圖抽獎活動名單揭曉（請看36頁）

飲食養生

HEALTH

- 健康門診：胚芽米與糙米... 39
- 給年過40歲的人（II）..... 41
- 中風病人從零開始..... 42
- 陪他走過這段路..... 44
- 讓他學習獨立..... 45
- 給他無障礙的環境..... 46
- 復健器材 安全第一..... 48
- 消費眼：食品標籤不能似是而非..... 49
- 鈣與健康..... 50
- 骨骼保健從25歲開始..... 52



台北樹蛙（劉燕明／攝）

鄉間小路

月刊

豐年社發行
中華民國64年創刊

Country Road
monthly
SINCE 1975

Published by HARVEST
Farm Magazine
14, Wenchow St.
Taipei Taiwan, R.O.C.

發行人 孫明賢 社址／台北市溫州街14號
社長 沈葆彭 電話／(02)362-8148 363-4055
副社長 高明堂 傳真／(02)363-6724
總編輯 李赫 定價／每本零售100元
副總編輯 余淑蓮 一年1000元 二年1800元
兼主編 黃玉兒 郵政劃撥／0005930-0豐年社
編輯 徐以瑜 登記證／行政院新聞局
陳櫻萍 版台誌字7763號
林朝宗 中華郵政北台字3302號
簡芙蓉 執照登記為雜誌交寄
張慶貞 印刷／中華彩色印刷股份有限公司
林嵩展 台北縣新店市寶橋路229號
(02)9150123

◎特約健康顧問

李寧遠
國立體育學院
運動科學研究所教授
李蘭
台灣大學公共衛生系
所副教授
李蕙蓉
國泰綜合醫院
營養組組長
洪建德
陽明醫院
新陳代謝科主任

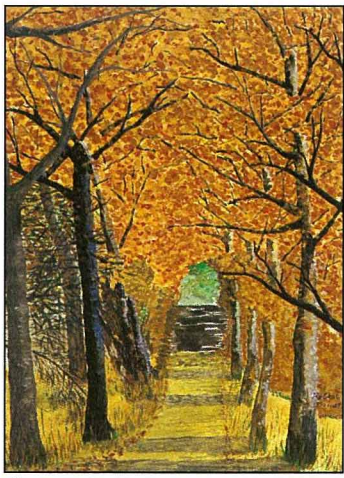
鄉土文化 FARMER'S ART

- 台灣農民藝術家巡訪之五：繡線彩繪傳娘情——林李樹榴……70
 田園藝廊：……75
 劉安明攝影作品欣賞(5)：籠鱗與村童／請水／看布袋戲……77

家庭園藝 GARDENING

- 都市花農：有機肥自己做 …56
 園藝門診／棚窗 ……57
 歲時花曆：國色天香話牡丹
 ……58
 盆栽植物系列：花后玫瑰 …61
 精品花店專訪：羅伯的店 …62
 鄉土行道樹：菩提本無樹嗎 64
-
- 編者的話 ……5
 填字方塊 ……11
 開懷篇 ……53
 中央農建專欄 ……54
 農業妙聽聞 ……67

封面設計／林朝宗
 封面攝影／劉慶堂



李立元的繪畫作品（請看62頁）

鄉土旅遊 TRAVEL

- 德國古農村·映象之旅……28
 轉型成功的德國新農業……34

黃伯超
 台大醫學院教授
 張珏
 台大醫學院公共衛生
 研究所副教授
 董大成
 台大醫學院名譽教授
 蔡敬民
 輔仁大學食品營養
 研究所教授
 鄭福田
 台大環工所
 教授兼所長

賴金鑫
 台大醫學院
 復健科副教授
 謝明哲
 台北醫學院教授
 兼保健營養系主任
◎特約園藝顧問
 王才義
 中興大學園藝系
 副教授
 李 岷
 台灣大學園藝系教授
 （以上按筆劃排列）

稿 約

- 1.本刊除約稿外，並接受外界投稿。
- 2.無論投稿或約稿，本刊均擁有刪改權。
- 3.文稿經發表後，本刊擁有出版權。
- 4.翻譯文章需先取得授權，並附證明，否則概不刊登。
- 5.若需退稿，請附足資回郵，否則概不退稿。
- 6.引用本刊圖文資料，須先徵求本刊同意。

國外訂費（一年）U S \$							
水陸 平郵	香港、澳門	亞洲、太平洋	歐、美、非洲	航空 平郵	香港、澳門	亞洲、太平洋	歐、美、非洲
	64	84	84		89	99	109

鄉間小路

金鼎獎的肯定·你我共享



行政院新聞局
 81年金鼎獎評審會
 評給優良雜誌獎

廣·告·索·引

- CAS鄉間小路果汁 ……封面裡
 頭城農場 ……4
 太陽谷休閒農園 ……6
 台和園藝公司 ……7
 上湧公司 ……9
 恆春農場 ……21
 台銀／台企行宗慶／若水 ……38
 走馬瀨農場 ……76
 FTV—生活傳真 ……88
 石門鐵觀音茶 ……封底裡
 統一公司 ……封底



中國傳統糕點（劉慶堂／攝）